INVENTÁRIO DE REFERÊNCIAS PESSOAIS (IRP)

Nome:

Data:

Cor preferida:

Fruta preferida:

Música preferida:

Tipo de perfume preferido:

Comida preferida:

Paisagem preferida (praia/campo/cidade) - descreva:

Prefere dia ou noite? Porquê?

Um filme que gostou muito:

Uma pessoa de maior valor afetivo:

Um ídolo:

Uma religião:

De 1 a 10 qual a importância da religião na sua vida?

Um passatempo predileto:

Uma coisa que tem nojo:

Uma coisa que tem medo:

Um sonho de curto prazo(até 6 meses):

Um sonho de médio prazo (até 3 anos):

Um sonho de longo prazo (3 a 6 anos):

Sublinhe as 6 principais características que você atribui a si mesmo(a):

calmo - nervoso - ansioso - medroso - frio - emotivo - deprimido - solidário - tímido - cordato - expansivo - comunicativo - fiel - retraído - confiável - observador - carinhoso - distraído - leal - amigo - preconceituoso - sincero - submisso - rígido - compreensivo - empático - tolerante - exclusivista - crédulo - racional - controlador - idealista - impulsivo - amoroso - comunicativo - líder - criativo - sonhador - altruísta - rancoroso - bondoso - místico - desconfiado - crítico - colaborador

Outras características que você atribui a si mesmo: ______________________________

Responda SIM, NÃO, ÀS VEZES OU NÃO SEI,para as seguintes perguntas:

Toca algum instrumento musical?
Gosta de dançar?
Gosta de festas?
Gosta de estudar?
Gosta de ler?
Gosta de mar, lagoas, piscinas?
Gosta de TV?
Gosta de dirigir?
Gosta de esporte?
Tem medo de exposição em público?
Tem medo de lugares fechados?
Faz uso de bebidas alcoólicas?
Fuma?
Usa drogas?
Já usou?
Já teve ou tem alguma doença grave?
Fez alguma cirurgia?
Toma medicação psiquiátrica?
Dorme bem?
Sonha com frequência?

Tem pesadelos?
Toma medicações para dormir?
Incomoda-se com ruídos altos?
Tem dificuldades visuais?
Tem dificuldades auditivas?
Tem dificuldades de concentração?
Tem facilidade com matemática?
Tem facilidade com interpretação de texto?
Tem dificuldade em planejar e decidir?
Tem dificuldade em fazer mudanças na rotina?
Tem dificuldade em fazer mudanças significativas na vida (mudar de casa, de emprego, de cidade, etc)
Tem especial foco em limpeza?
Gosta de ficar sozinho?
Gosta de estar acompanhado?
Gosta de ser tocado por amigos e conhecidos?
Gosta de ser abraçado?
Gosta de surpresas?
Gosta de animais?
Tem aversão ao toque cordial e respeitoso de pessoas estranhas?
Possui animais de estimação?
Tem muitos amigos íntimos? (mais de 5)
Tem muita ligação com sua família de origem? (pais, irmãos, sobrinhos, etc)
Tem muita ligação com a família de seu parceiro?
Fala sozinho? (com voz ou em pensamento)
Tem alguém com quem pode confidenciar aspectos íntimos da sua vida?
Já percebeu mudança no seu sentimento à partir de um pensamento?
Tem imaginação fértil? (É capaz de visualizar situações sem ter participado delas?)

Descreva-se livremente:

Tiago André Marques Malta
CRP: 05/38560
Whatsapp / Telegram: (21) 99420-5918
E-mail: tiagomaltapsi@gmail.com
Blog: http://tiago-malta.blogspot.com/